



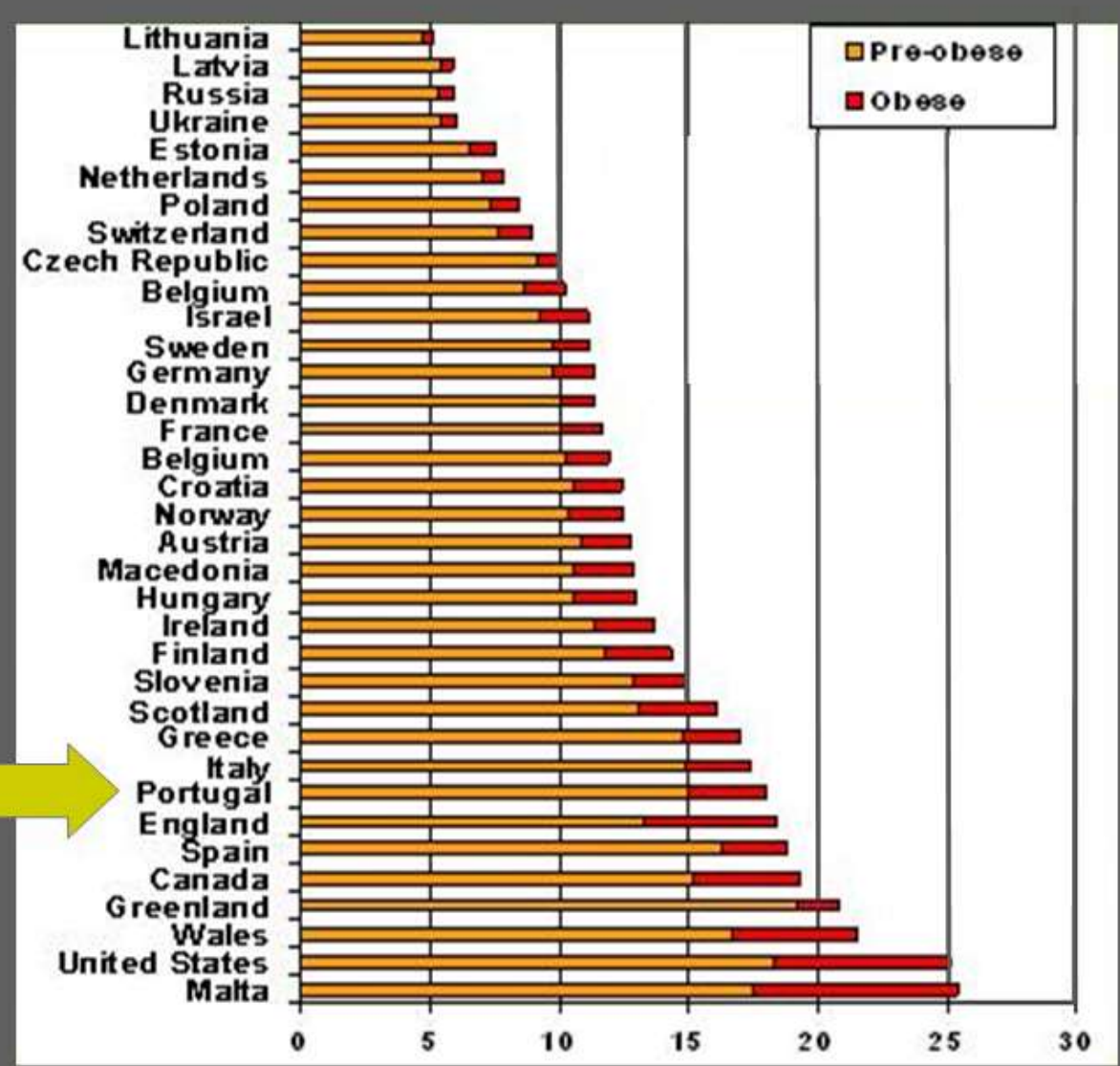
PORQUE GOSTO!

CRITÉRIOS DE CONSUMO ALIMENTAR DOS JOVENS DO PICO (AÇORES, PORTUGAL)

Rosalina GABRIEL, Jacycarla Thé PINTO & Ana Moura ARROZ
rgabriel@uac.pt - jajathe@hotmail.com - aarroz@uac.pt Grupo da Biodiversidade dos Açores, Universidade dos Açores – Portugal

O PROBLEMA:

Sobrepeso e obesidade no mundo



A obesidade é considerada uma epidemia do século XXI.

Cerca de 150 milhões de crianças e adolescentes no início do século XXI sofrem de sobrepeso e destas, 45 milhões são obesas (IOTF).

A situação de Portugal na Europa mostra-se preocupante.

Prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes dos 10-14 anos de idade.

O ESTUDO:

Objectivos:

- Caracterizar as práticas de consumo dos adolescentes:
 - descrever o que consomem
 - compreender o que motiva os seus consumos
 - identificar factores percebidos como indutores de mudança das práticas;
- Apreciar potenciais relações entre o consumo e as atitudes ambientais.

Amostra:

Dos 338 jovens inscritos nas três escolas de Ensino Secundário na Ilha do Pico (Açores) no ano de 2008/2009, participaram 309, o que corresponde a 91,4% da amostra (55,5% de raparigas). As idades variam entre os 14 e os 21 anos de idade (16,5 de idade média).



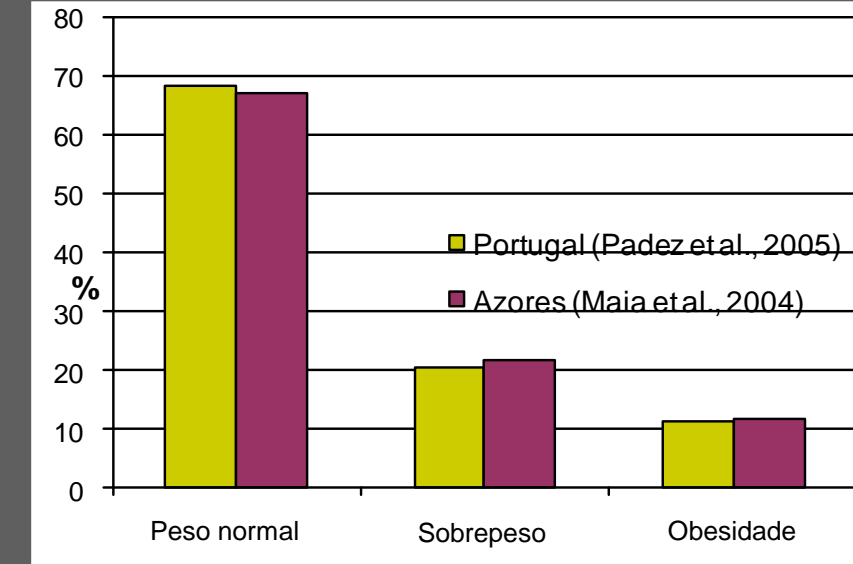
Recolha e análise de dados:

Este estudo propunha-se caracterizar as práticas de consumo em diversas áreas e as atitudes ambientais (NEP).

As representações de consumo foram avaliadas através de um inquérito por questionário cuja elaboração envolveu a realização de entrevistas exploratórias e de diversos pré-testes, versando:

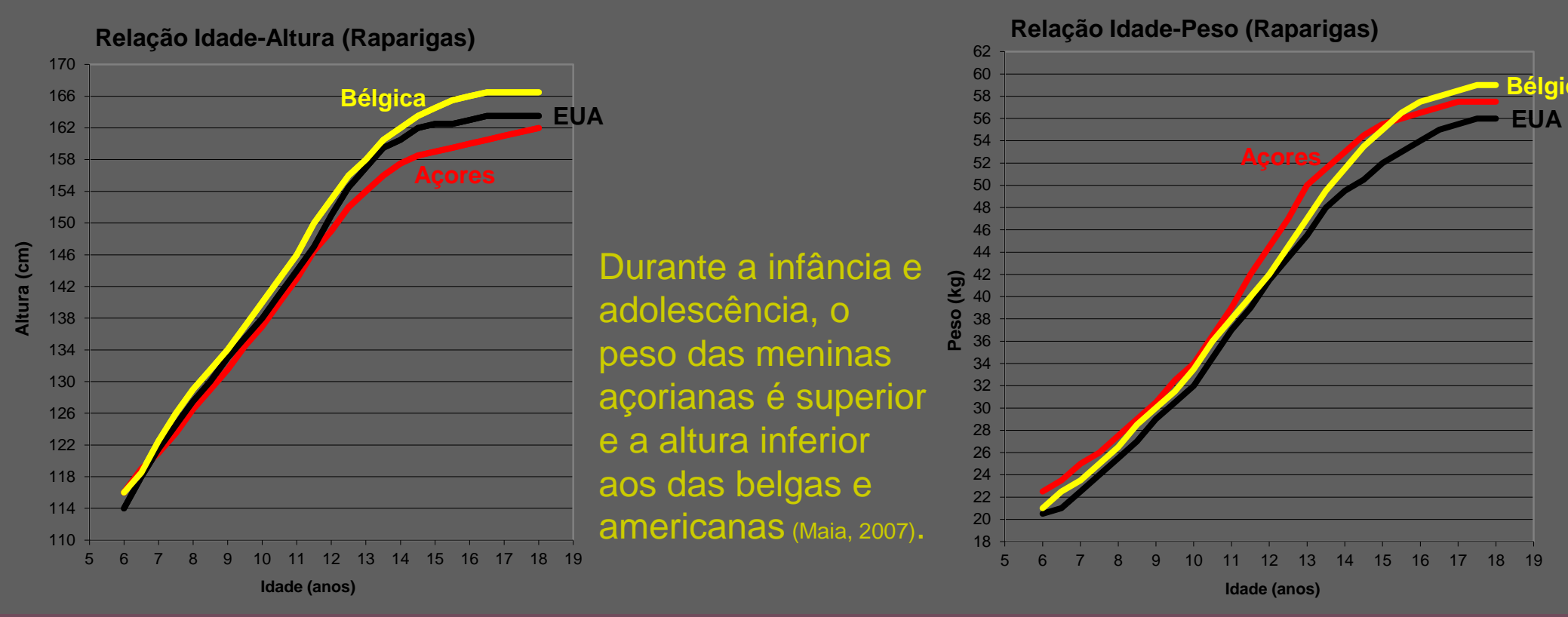
- Práticas de consumo
 - Produtos e ou serviços consumidos
 - Origem dos produtos
 - Critérios de consumo
 - Predisposição e principais motivos para alterar comportamentos
- Capital
 - Rendimentos disponíveis
 - Distância subjectiva entre o desejado e o obtido.

Situação nos Açores



A obesidade infantil é um problema ainda maior nos Açores do que em Portugal (Carvalho, 2009; Maia et al., 2006; Padez et al., 2004).

Nos Açores a percentagem de mortalidade devida a doenças do aparelho circulatório chega a ser o dobro da registada no país (INE, 2003).



Durante a infância e adolescência, o peso das meninas açorianas é superior e a altura inferior aos das belgas e americanas (Maia, 2007).

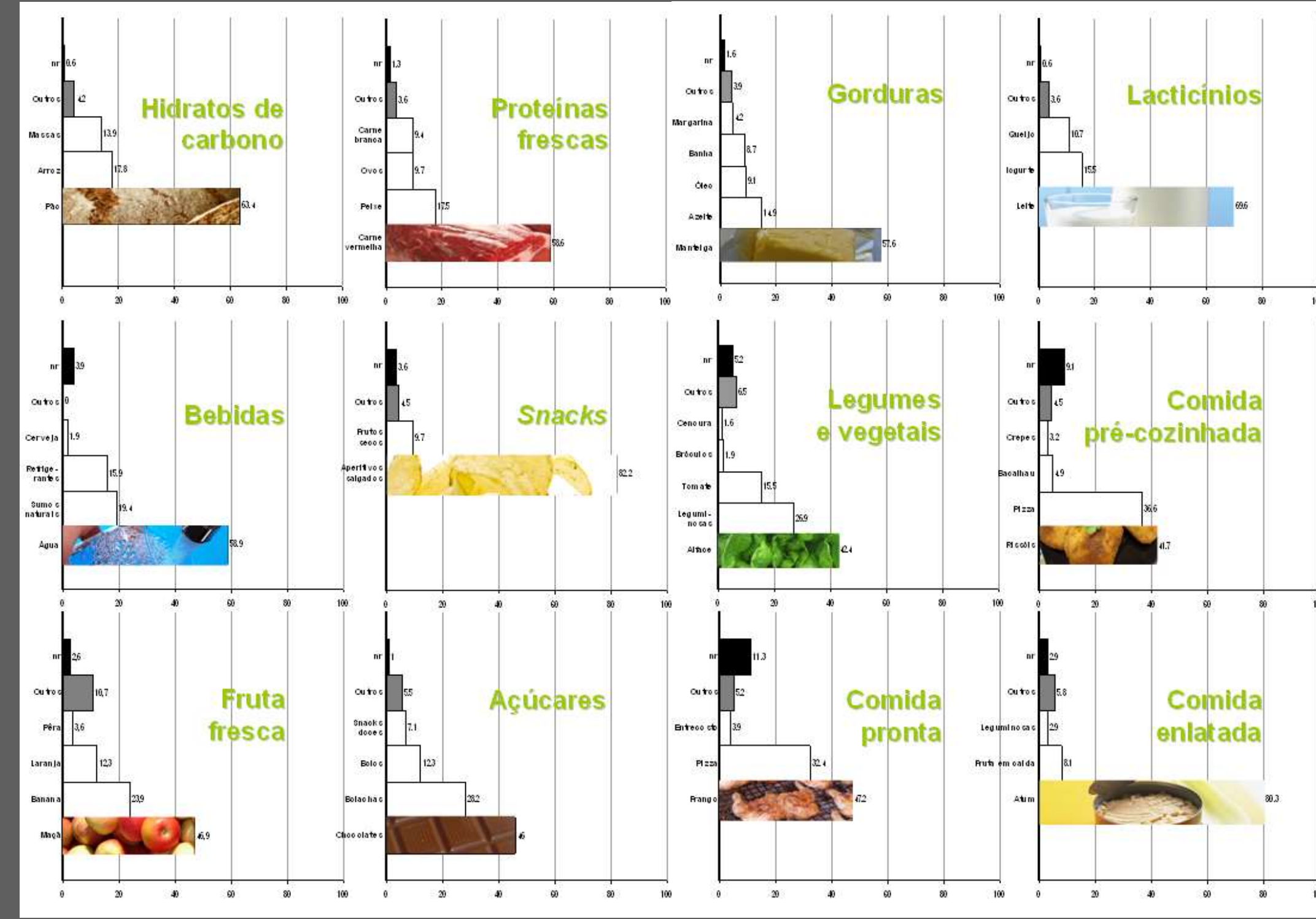
Práticas de consumo:

Os resultados obtidos reflectem o que seria de esperar de um modelo tradicional açoriano no início do século XXI, com predominância de:

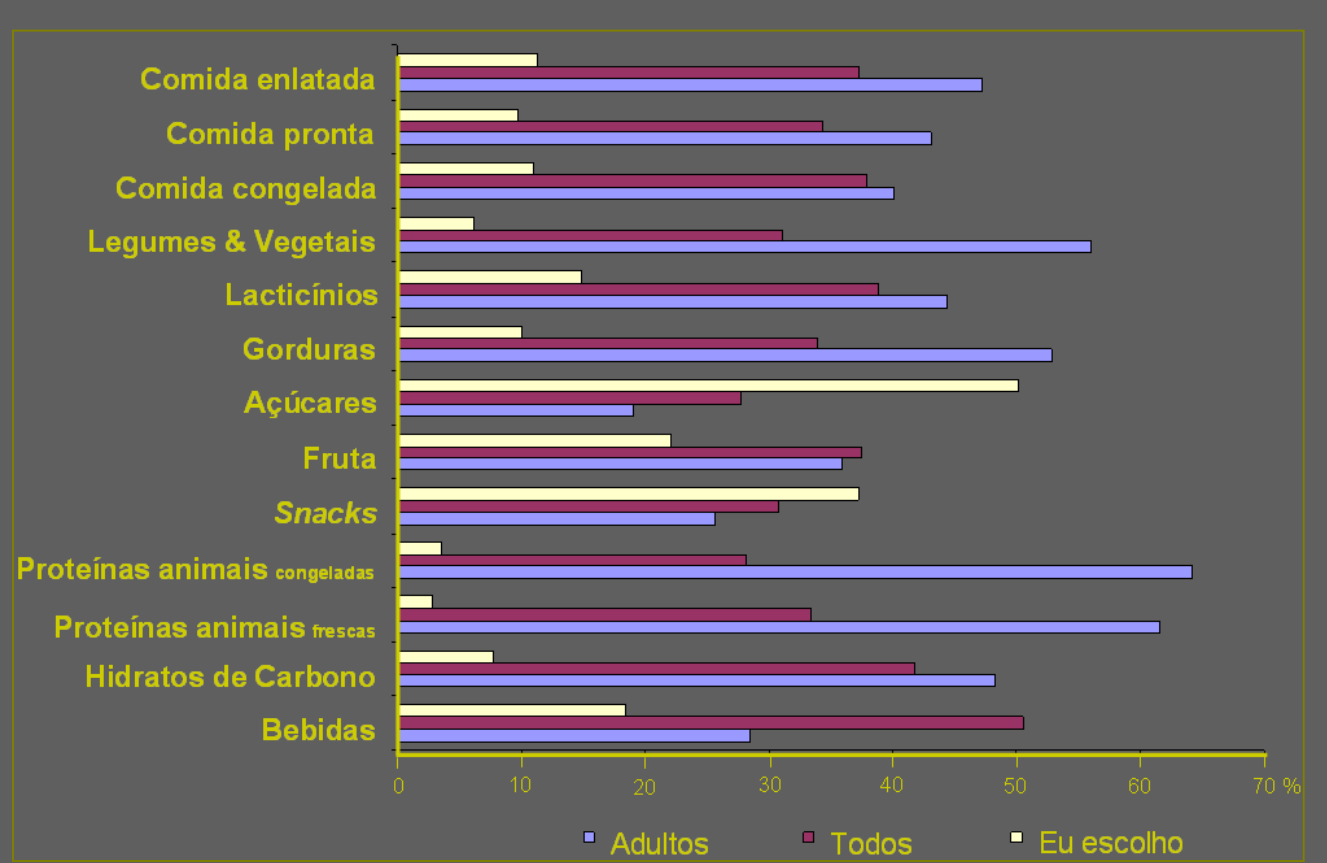
- pão
- carne vermelha
- manteiga
- atum
- leite e
- água

A maioria dos jovens considera que come mais, ou muito mais, do que os seus pares:

- lactícínios
- fruta
- e menos, ou muito menos:
- snacks
- vegetais e
- gorduras



Quem escolhe?

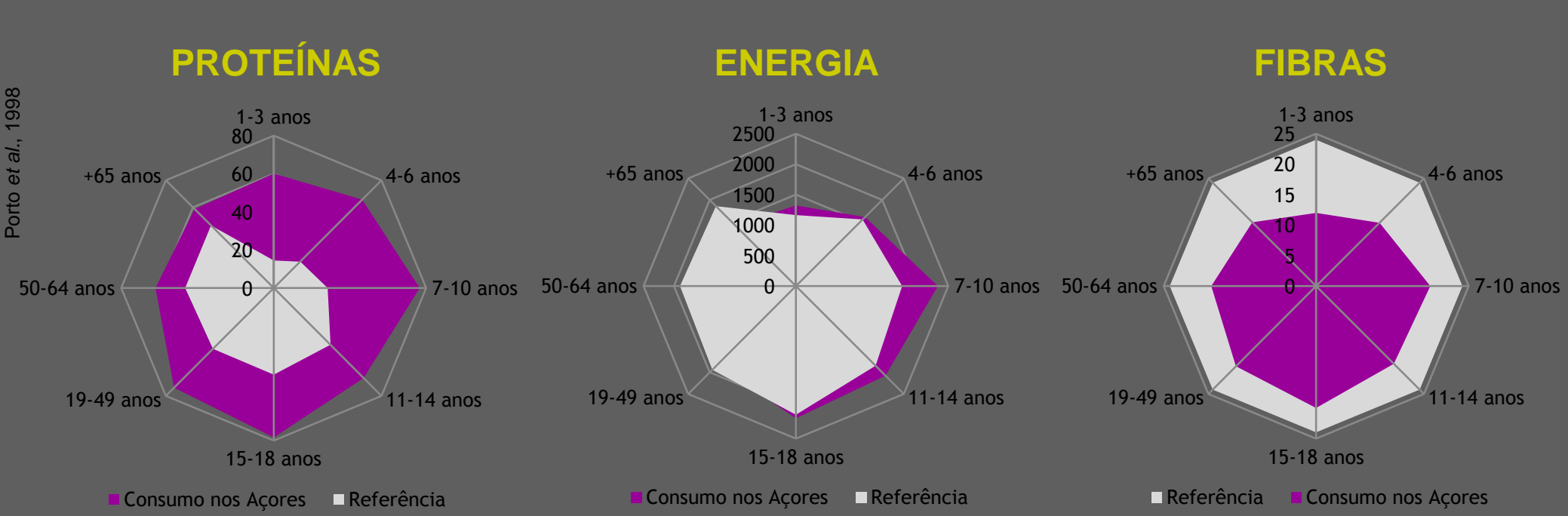


O poder de decisão sobre a alimentação escapa aos jovens, ao contrário do que acontece nas restantes categorias de consumo, pertencendo sobretudo aos adultos.

As bebidas e a fruta constituem os elementos sobre os quais há maior partilha de poder na família.

O poder de decisão dos jovens de apenas e raramente no que respeita à ingestão de doces e snacks.

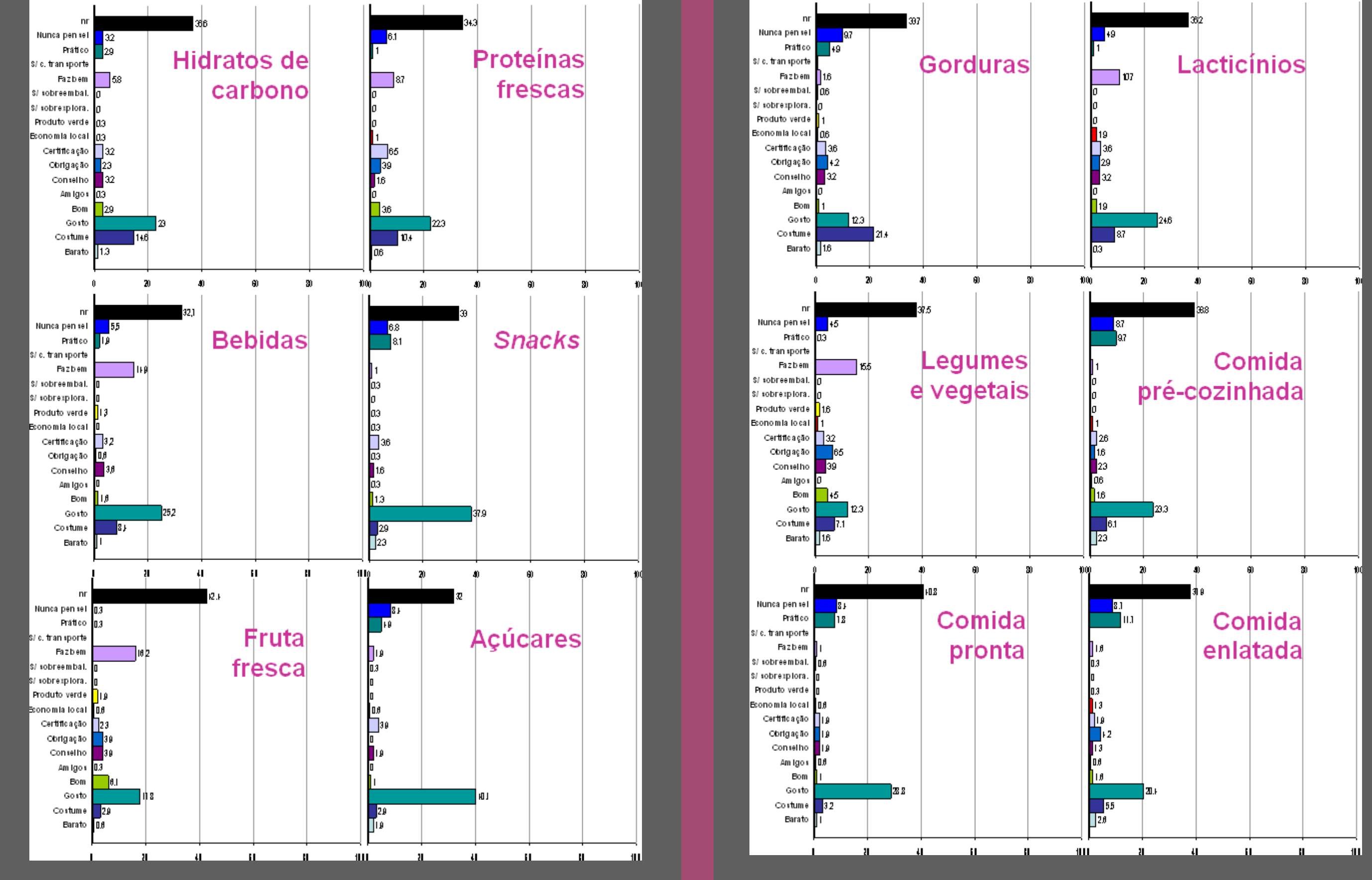
Como se come nos Açores?



De acordo com os dados disponíveis, há uma década, a dieta açoriana era caracterizada por:

- um consumo excessivo de proteínas e de hidratos de carbono
- um défice de consumo de fibras e ácidos gordos
- níveis de energia próximos dos valores-padrão, embora com maiores discrepâncias ao nível da infância e adolescência.

Crítérios de consumo:



Menos de 1 jovem em cada 10, admite nunca ter reflectido sobre os critérios que orientam os seus consumos, no entanto constata-se que as percentagens de não resposta às questões dos critérios de consumo foram muito superiores às restantes, rondando um terço no caso da alimentação, e chegando mesmo a aproximar-se de metade no que respeita à imagem e aos consumos culturais e recreativos.

Principais motivos que orientam o consumo alimentar:

- atractividade (“gostar”)
- hábito (“é costume”) e
- as propriedades benéficas dos alimentos para a saúde.

Menos de 3 em cada 100 jovens, indicam o recurso ao “preço” como um critério de selecção dos bens alimentares.

Identificado o problema, o que fazer?

Perceber as motivações das pessoas, os seus valores e atitudes programadas de intervenção ajudar-nos-á a direccionados e potencialmente mais eficazes na produção de mudanças.

Como é que os jovens se alimentam? De quem é o poder de decisão nesta matéria? O que reflectem as suas escolhas? Quão reflectidas são e que valores as lideram?

Pistas de reflexão:

A avaliar pela taxa de não resposta, as escolhas alimentares não parecem ser alvo de grande reflexão por parte dos jovens do Pico. Uma “naturalização irreflectida” parece traduzir a norma subjectiva que orienta o consumo ao nível da alimentação uma vez que predominam critérios relacionados com o gostar – aspecto sensorial, que Stevenson et al. (2007) denominam o “reforço físico do comportamento alimentar.

A ausência de poder dos jovens revelada nas escolhas dos alimentos pode favorecer o alheamento ou a irreflexão que parecem liderá-las. Também a ausência de critérios económicos, tão expressivos nos adultos, é paradigmática de uma cidadania adiada.

Carvalho, R. (2009). *Programa Regional de Luta Contra a Obesidade dos Açores*. Seminário Combate à Obesidade. Algarve, Vila Real de Santo António, 17 Junho 2009.

Maia, J., Lopes, V., Silva, R., Seabra, A., Fonseca, A., Bustamante, A., Ferreira, R., Freitas, D., Prista, A., Cardoso, M. (2007). *Crescimento e desenvolvimento de crianças e jovens açorianos. O que pais, professores, pediatras e nutricionistas gostariam de saber*. Visão: Direcção Regional do Desporto da Região Autónoma dos Açores e Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Maia, J., Lopes, V., Silva, R., Seabra, A., Moraes, F., Fonseca, A., Cardoso, M., Freitas, D., Prista, A. (2006). *Crescimento, desenvolvimento e saúde. Três anos de estudo com crianças e jovens açorianos*. Visão: Direcção Regional do Desporto e Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

Padez, et al. (2004). Prevalence of overweight and obesity in 7-9-year-Old Portuguese children: Trends in Body Mass Index from 1970-2002. *American Journal of Human Biology*, 16:670.

Pinto, J. S. T. (2009). Consumos juvenis e atitudes ambientais: um estudo exploratório das perspectivas dos alunos do Ensino Secundário na Ilha do Pico. Mestrado em Gestão e Conservação da Natureza. Anga do Heroísmo: Universidade dos Açores.

Porto et al. (1998). Adequação alimentar e nutricional nos Açores. *Atividade Médica*, 20 (4).

Stevenson, C., Doherty, G., Barnett, J., Muldoon, O. T. & Trew, K. (2007). Adolescents' views of food and eating: Identifying barriers to healthy eating. *Journal of Adolescence*, 30: 417-434.